



Técnica facilitada por:

ESCUELA
SESHAT COSMOSOPHIA

**Meditación correspondiente al Módulo I Tema 5 – Conexión con Nuestro
Séquito de Luz y Nuestro Ser Superior**

La siguiente Técnica Holística de Meditación, tiene el objetivo de tomar Conciencia de que no existe ningún Ser Vivo, en ninguno de los Reinos y Planos, que no precise de un referente para su progresión evolutiva. El impulso de alcanzar un estado preferente de superior vibración, yace en el conocimiento del referente o referentes que nos sirven de meta, en el camino progresional. Sin esos referentes, todo se movería desde la absoluta inconsciencia y el caos sería el máximo dirigente de todo proceso interno. La existencia y la consciencia de referentes, sirve para tener la certeza de que en algún lugar existe un orden superior que trae consigo una mayor perspectiva de vida y por ende de perfección y equilibrio. Dependiendo de nuestro nivel de Conciencia, así tendremos consciencia de cada uno de los diferentes tipos de guías que pertenecen a nuestro proceso evolutivo. Tan importante es conectarse y ser conscientes de nuestro Séquito de Luz, como también es vital permanecer en comunicación permanente con nuestro Ser Superior. Éste, nuestra gran Alma, quien está siempre con cada uno de nosotros, es quien conoce los planes y quien sostiene los mandatos espirituales que nos conducen a todos a la unicidad evolutiva.

(pausa)

Comenzamos...

Nos colocamos en nuestro espacio sagrado...

Cerramos los ojos...

Relajamos el cuerpo, comenzando por las extremidades, tronco y cabeza...

Solicitamos la presencia de nuestro Séquito de Luz y visualizamos como nos acompañan estos magníficos seres en este precioso y mágico viaje...

Un increíble y poderoso haz de luz aparece proyectado desde lo más elevado de nuestro Ser y se instala asimismo en nuestro Corazón. Es la voluntad de nuestro Ser Superior.

Continuamos conectados al ritmo de nuestra respiración...

Ponemos toda la intención en relajar todos los músculos del cuerpo...

Y entrar en un estado de total relajación...

Seguimos respirando...

Concentrados y en silencio...

Para alcanzar un estado de meditación profunda....

(pausa de 30 s aprox.)

Nos visualizamos a nosotros mismos en el exterior, como si estuviéramos en un prado...
Hay un camino bordeado de árboles...
A los lados, hay muchas flores...
Si miramos a nuestro alrededor, podremos ver como un lago, o un río o un mar...
Cada uno verá aquello que está en su interior...
Sentimos paz...
Al fondo del camino empezamos a vislumbrar una casa...
Cada uno tendrá su propia casa...
Puede ser una cabaña... o un castillo...
No importa...
Nos dirigimos a ella...
Nos quedamos enfrente observándola...
Vamos a fijarnos en todos sus detalles...
Su color...
Sus ventanas...
Como es su fachada...
Vemos una puerta...
Y llamamos a la puerta...
Alguien nos abrirá...
Observemos bien quién es este Ser que nos abre la puerta...
Pasamos dentro...
Nos quedamos en silencio mirando el interior...
Observemos si tiene escaleras...
Si hay un fuego...
Si está encendido o apagado...
Si entra Luz...
Esta casa es muy importante...
Es un reflejo de nosotros mismos...
Este Ser que nos ha abierto la puerta...
Tiene algo importante que decirnos...
Grabemos en nuestra memoria, para que después de salir de esta meditación, este mensaje lo escribamos en un papel, y este papel lo guardamos...
Le pedimos a este Ser que nos presente a nuestro Séquito de Luz...
Él nos acompañará a una puerta...
No es una puerta normal...
Esta puerta se abre de abajo a arriba...
Y la puerta empieza a elevarse...
Tenemos que estar muy atentos a todo lo que vemos...
La puerta ya está arriba y somos capaces de ver a estos seres que nos acompañan...
Podemos preguntarles sus nombres...
Es importante...
Ellos salen de esta sala y nos acompañan...
A la sala central de la casa...
Ahora estamos todos unidos...
Nuestros guías y el Ser que nos ha abierto la puerta...
Abramos nuestro corazón y que de él salga un rayo de luz que penetre en los corazones de nuestros guías y del guardián de nuestra casa...
Sintamos como los corazones se unen...
Ya hemos creado el vínculo...

Ahora sabemos que ellos nos acompañarán siempre...
Podemos mantener diálogos...
Preguntas...
Pedirles ayuda...
Ellos son nuestro apoyo...
Salimos de la casa...
Sabendo que siempre podemos volver...
Y a partir de ahora cuando entremos en nuestro corazón sagrado...
Ellos también estarán ahí...
Pero ahora hay más luz...
El sol brilla más...
Cuando salgamos del camino nos encontramos con nosotros mismos...
Y lentamente ya podemos mover las manos...
Los pies...
Sentir nuestro cuerpo y abrir los ojos...

Repetiremos esta meditación, tantas veces como consideremos necesario hacerlo.